

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pernikahan merupakan suatu hal yang sangat penting, diantaranya sebagai sumber dukungan sosial bagi individu, dan juga pernikahan dapat memberikan kebahagiaan pada individu tersebut. Namun dewasa ini, kaum pria maupun wanita banyak yang memutuskan untuk melajang. Mereka memutuskan untuk menunda pernikahannya bahkan tidak sedikit pula yang memutuskan untuk tidak menikah. Bagi mereka memilih melajang dirasa lebih nyaman dan juga mereka menyukai keadaan tersebut untuk terus bekerja agar dapat memenuhi keadaan pribadinya secara finansial. Itulah sebabnya, kini menikah bukan lagi suatu kebutuhan yang harus dipenuhi oleh setiap usia dewasa awal yang tinggal di perkotaan atau metropolis, bahkan mereka yang tinggal di kota kecil seperti Surakarta ini. Belum ada data pasti yang menunjukkan jumlah penduduk Surakarta yang belum mempunyai pasangan hidup, namun jumlah populasi penduduk yang melajang (belum menikah) dari tahun ke tahun semakin meningkat. Dalam beberapa tahun terakhir ini contohnya, terlihat dari data statistik Indonesia, yang tercatat (Badan Pusat Statistik, 2011) pada tahun 2009 jumlah penduduk melajang berusia 15 sampai 49 tahun sebesar 38,07% dan pada tahun 2010 mengalami peningkatan 0,64% menjadi 38,71%.

Mereka yang berada pada usia dewasa muda perempuan maupun laki-laki yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi ini, akan mengutamakan karir mereka dibanding dengan membangun rumah tangga. Mereka cenderung memiliki

gaya hidup yang lebih mandiri dan kebebasan yang tidak dimiliki oleh rekan seusianya yang sudah menikah pada umumnya (Robinson dan Bessell, 2002). Seperti yang telah diungkapkan Santrock (2004) bahwa yang menyebabkan laki-laki atau perempuan memilih melajang adalah keinginan untuk mengembangkan karir lebih luas sebelum menikah.

Hurlock (2002) mengungkapkan masa dewasa awal (*early adulthood*) terjadi pada usia 21 sampai 40 tahun. Pada usia dewasa awal ini mereka memiliki tugas perkembangan, antara lain pengamalan ajaran agama, memasuki dunia kerja, memilih pasangan hidup, memasuki pernikahan, belajar hidup berkeluarga, merawat dan mendidik anak, mengelola rumah tangga, memperoleh karir yang baik, berperan dalam masyarakat, dan mencari kelompok sosial yang menyenangkan. Jika individu ini belum memenuhi tugas perkembangannya, maka hal ini akan berpengaruh pada tingkat kesejahteraan psikologisnya, seperti hasil penelitian Sukowati (2008) yang menyatakan bahwa seseorang yang pada fase dewasa awal telah menikah memiliki kesejahteraan psikologis yang dikategorikan tinggi sedangkan yang belum menikah berada pada kategori rendah.

Menurut pernyataan Neberich (dalam Kurniati & Nanik, 2013) individu yang memiliki kesejahteraan secara finansial belum tentu ia memiliki kesejahteraan psikologis pada hal-hal yang menyangkut kehidupannya sehari-hari seperti hal bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Namun keadaan finansial yang masih kekurangan juga mempengaruhi individu untuk tetap melajang. Kesejahteraan psikologis disini dapat diartikan sebagai sebuah kondisi individu yang memiliki sifat positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat mengatur

lingkungannya sesuai kebutuhannya, memiliki tujuan hidup yang lebih bermakna, dan berusaha untuk mengembangkan dirinya.

Sebelum melakukan penelitian ini, peneliti melakukan *interview* kepada dua orang dewasa muda yang belum menikah terkait kesejahteraan psikologisnya, masing-masing subjek adalah WP, laki-laki berusia 31 tahun, bekerja sebagai wiraswasta, dan M, perempuan berusia 28 tahun, bekerja sebagai karyawan swasta. Dari hasil *interview* didapatkan data bahwa WP & M sangat nyaman dengan keadaannya yang sekarang, diantaranya sibuk dengan karir yang dijalani dan menyatakan lebih nyaman bersama keluarga, sahabat terdekat, dan rekan kerjanya ketimbang harus menjalani hubungan yang intim dengan lawan jenis. WP & M juga menyatakan bahwa lajang itu bukan suatu “*momok*” yang harus ditakuti.

Menurut Erickson (dalam Santrock, 2004) apabila ditinjau dari tahap perkembangan psikoseksual, individu pada usia dewasa muda mencapai *krisis intimacy vs isolation*. *Intimacy* terjadi apabila terbentuk suatu kedekatan dengan orang lain, jika hubungan itu berjalan dengan baik maka individu akan memiliki keintiman dengan individu lain, dan sebaliknya. Namun kenyataannya, mereka yang melajang atau tidak mempunyai pasangan sering merasa kesepian. Pernyataan tersebut disimpulkan melalui penelitian oleh Wheeler, Reis, & Nezlex (dalam Mendieta, Martin, & Jacinto, 2012) yang menunjukkan bahwa tingkat kesepian individu yang memiliki pasangan lebih sedikit dibanding dengan individu yang lajang. Hal ini kemudian berpengaruh pada kesejahteraan

psikologis seseorang, bahwa terdapat korelasi negatif antara *loneliness* dengan *psychological well being*.

Dari penelitian tersebut dapat diasumsikan bahwa dewasa muda yang belum menikah atau tidak mempunyai pasangan akan merasa kesepian dan kesejahteraan psikologisnya akan menurun. Uraian tersebut menekankan pentingnya hubungan interpersonal, yang menjadi salah satu aspek yang berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis seseorang. Seperti yang diungkapkan Ryff dan Keyes (1995) memandang kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) berdasarkan sejauh mana seorang individu memiliki tujuan dalam hidupnya, apakah mereka menyadari potensi-potensi yang dimiliki, kualitas hubungannya terutama dalam hubungannya dengan orang lain, dan sejauh mana mereka bertanggung jawab dengan hidupnya sendiri.

Menurut Schmutte & Ryff (dalam Nanda, 2013) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, salah satunya yaitu faktor kepribadian. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa *extraversion*, *conscientiousness*, dan *low neuroticism* memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis, terutama penerimaan diri, penguasaan lingkungan, serta tujuan hidup, keterbukaan terhadap pengalaman berhubungan dengan pertumbuhan pribadi. *Agreeableness* dan *extraversions* berkaitan dengan hubungan positif dengan orang lain dan *low neuroticism* berkaitan dengan kemandirian.

Kenyataan bahwa dewasa muda yang belum menikah juga mempunyai tingkat keterbukaan diri yang rendah ditemukan dari hasil penelitian Papini, Farmer, Clark, & Micka (1990) yang menunjukkan bahwa laki-laki maupun

perempuan yang belum menikah cenderung memiliki keterbukaan diri yang rendah dalam masalah-masalah emosional terhadap orang tua maupun teman sebayanya. Sedangkan menurut penelitian Papalia & Feldman (2009) beberapa individu ingin tetap menikmati kebebasannya mengambil resiko, bereksperimen, berkeliling dunia, mengejar karir, melanjutkan pendidikan, atau melakukan pekerjaan kreatif, apabila seorang individu yang belum juga menikah lebih banyak mengekspresikan dirinya dalam bekerja dan menganggapnya sebagai simbol sosok modern, bahkan dengan hal tersebut dapat mendatangkan kebahagiaan terhadap dirinya sendiri, inilah yang mendukung dewasa muda ini cenderung menutup diri terhadap hubungan keintimannya dengan lawan jenis.

Dari data *interview* dan penelitian diatas menunjukkan bahwa kebanyakan usia dewasa muda yang lajang memiliki keterbukaan diri yang rendah. Sedangkan, indikator dari tingginya kesejahteraan psikologis salah satunya adalah menjalin hubungan positif atau membentuk hubungan intim dengan orang lain, dimana hubungan intim ini bisa didapatkan melalui keterbukaan diri seperti yang diungkapkan oleh Altman & Taylor (2006) bahwa keterbukaan diri (*self disclosure*) adalah hal yang sangat esensial untuk dapat terbentuknya suatu hubungan dekat dengan orang lain. Keterbukaan diri didefinisikan sebagai salah satu bentuk komunikasi yang bermaksud mengungkapkan informasi mengenai diri individu. Kemudian, Morton (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2003) mengungkapkan bahwa keterbukaan diri merupakan kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain. Keterbukaan diri dapat bersifat deskriptif maupun evaluatif. Dalam pengungkapan deskriptif, kita melukiskan

berbagai fakta mengenai diri kita yang mungkin belum diketahui orang lain meliputi pekerjaan, tempat tinggal, dan lain-lain. Sedangkan dalam keterbukaan diri evaluatif, kita mengemukakan pendapat atau perasaan pribadi seperti kita menyukai orang-orang tertentu, dan lain-lain.

Dapat diasumsikan bahwa keterbukaan diri (*self disclosure*) mempunyai peranan penting terhadap kesejahteraan psikologis. Berdasarkan uraian permasalahan di atas, muncul pertanyaan apakah ada hubungan positif antara keterbukaan diri dengan kesejahteraan psikologis pada usia dewasa muda yang belum menikah? Untuk mengetahui hal ini, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Keterbukaan Diri dengan Kesejahteraan Psikologi pada Usia Dewasa Muda yang Belum Menikah”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Hubungan keterbukaan diri dengan kesejahteraan psikologi pada usiadewasa muda yang belum menikah
2. Tingkat keterbukaan diri pada usia dewasa muda yang belum menikah
3. Tingkat kesejahteraan psikologis pada usia dewasa muda yang belum menikah
4. Perbedaan kesejahteraan psikologis pada laki-laki dan perempuan yang belum menikah.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi (teoritis) maupun praktis.

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan khususnya di bidang Psikologi Sosial.

2. Praktis

- a. Bagi masyarakat, khususnya usia dewasa muda yang belum menikah diharapkan dapat memberikan informasi tentang bagaimana pentingnya keterbukaan diri dalam menjalin hubungan interpersonal dan menciptakan kesejahteraan psikologis.
- b. Bagi ilmuwan psikologi, diharapkan dapat meningkatkan wawasan keilmuan dan kemampuan meneliti permasalahan yang sesuai dengan disiplin ilmu peneliti, khususnya Psikologi Sosial.